

地震

自主防災組織・防災士

地震発生時の時間経過別行動マニュアル

地震発生

1~2分

最初の大きな揺れは約1分間

- ◆まず、身を守る安全確保 手近な座布団などで頭を保護
- ◆すばやく火の確認 ガスの元栓、コンセント
- ◆大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する

揺れがおさまったら

- ◆火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- ◆家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- ◆靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- ◆避難するときは、屋根瓦・ブロック塀・自動販売機等に注意
- ◆津波などの危険が予想される地域はすぐ避難

みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

- ◆隣近所に声をかけよう
- ◆避難行動要支援者の安全確保 隣近所で助け合う
- ◆行方不明者はいないか ◆ケガ人はいないか
- ◆初期消火 消火器を使う パケツリレー 風呂の水はため置きをしておく
- ◆出火防止 初期消火 ◆漏電・ガス漏れに注意 ◆電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める ◆余震に注意

ラジオなどで正しい情報を得る

- ◆救出・救護を
- ◆町や防災機関、自主防災組織の情報を確認
- ◆デマにまどわされないように ◆電話は緊急連絡を優先する

5分

協力して消火活動、救出・救護活動

- ◆水、食料は蓄えているものでまかなう 3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく
- ◆災害・被害情報の収集 ◆無理はやめよう
- ◆助け合いの心が大切 ◆壊れた家に入らない

10分

数時間

3日

屋内にいた場合

◆家中

- ◆揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- ◆火の確認はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- ◆高齢者等の避難行動要支援者の安全を確保する。
- ◆裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。

◆集合住宅

- ◆ドアや窓を開けて避難口を確保する。避難にエレベーターは絶対に使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

◆デパート・スーパー

- ◆カバンなどで頭を保護しショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

◆劇場・ホール

- ◆カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。
- ◆あわてずに冷静な行動をとる。

屋外にいた場合

◆路上

- ◆その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- ◆近くに空き地などが無いときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ◆ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- ◆倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。

◆車を運転中

- ◆ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両などの通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- ◆揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- ◆避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

◆海岸付近

- ◆高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

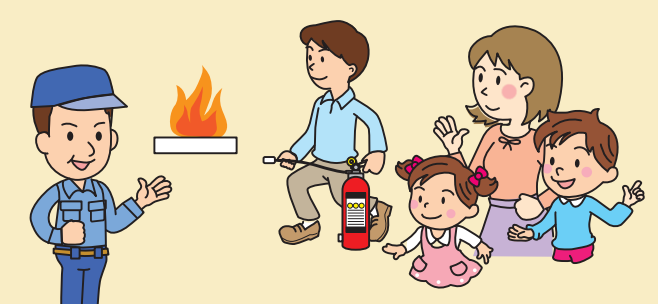
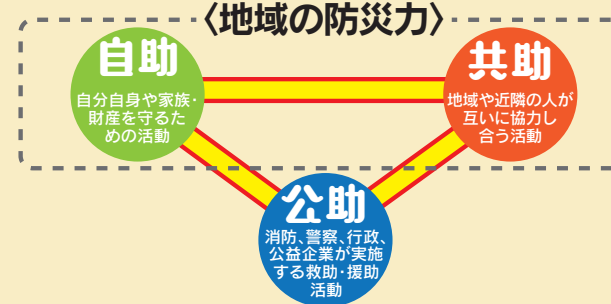
◆電車などの車内

- ◆つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- ◆途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- ◆乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。

災害に強い地域をつくりませんか？

自主防災組織

災害発生時には、自助・共助・公助の連携により人的・物的被害を軽減することができます。ひとたび大規模な災害が発生したときには、公的機関が行う活動(公助)は交通網の寸断や同時多発火災などにより十分対応できない可能性があるため、個人の力で災害に備える(自助)とともに、地域での助け合い(共助)による地域の防災力が重要となります。災害に強い地域づくりを目指して、災害時の被害を軽減するため、「自主防災組織」活動を通じて、共助の強化、地域の防災力の強化に向けた取り組みを始めてみませんか？



1. 自主防災組織とは？

- 災害発生時にはもちろん、日頃から地域の皆さんと一緒に防災活動に取り組むための組織を「自主防災組織」と言います。
- 平常時には防災訓練や広報活動、災害時には初期消火、救出救護、集団避難、避難所への給食給水などの活動を行います。



2. なぜ、自主防災組織が必要なの？

- 大規模な災害が発生した場合、消防署などの防災機関だけでは、十分な対応ができない可能性があります。このような時、地域の皆さんと一緒に協力し、災害や避難に関する情報の伝達、避難誘導、安否確認、救出・救護活動に取り組むことで被害の軽減を図る事ができます。また、活動を迅速に進めるためには「お互いに顔の見える関係」の中で、事前に地域内で役割分担を決めておくことが有効です。より効率よく、さまざまな活動をするためにも事前の準備(=体制づくり)が重要です。

○各班の日頃(平常時)と緊急時(災害発生時)の活動内容は概ね次のような役割になります。(例)

	情報班	消火班	避難誘導班	救出救護班	給食・給水班
平常時	<ul style="list-style-type: none"> ○住民に対する連絡体制、手段の検討 ○情報収集・伝達訓練の実施 ○防災意識の啓発、高揚に関する広報 ○公的防災機関との連携確保 	<ul style="list-style-type: none"> ○初期消火訓練の実施 ○消火用水の確保、確認 ○出火防止の啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ○事前に避難路、避難場所を把握 ○避難誘導訓練の実施 ○避難路の安全点検 ※危険箇所(がけ、ブロック塀)などの確認等 ○避難行動要支援者の把握 	<ul style="list-style-type: none"> ○応急手当、衛生知識の普及 ○救命講習への参加 ○応急医薬品、救助資機材の点検・確保 ○技能、ノウハウを持った住民の把握 ○救助用資機材の点検・確保 	<ul style="list-style-type: none"> ○非常用食品、飲料水の個人備蓄についての普及啓発 ○炊き出し訓練の実施 ○炊き出し用資機材の点検・確保
緊急時	<ul style="list-style-type: none"> ○災害情報を住民に対して正確かつ迅速に伝達 ○地域内の被害情報を収集し、本部へ報告 ○混乱回避、出火防止等の広報 	<ul style="list-style-type: none"> ○初期消火活動 ※消防署、消防団の到着までの延焼拡大を防ぐのが基本ですので無理はしないこと!! ○情報班と連携しての出火防止等の広報 	<ul style="list-style-type: none"> ○情報班と連携しての避難の呼びかけ ○安全な経路を選択しての避難誘導 ○避難行動要支援者の避難支援 ○避難地での安否確認 ○安否確認による救出救護班への情報伝達 	<ul style="list-style-type: none"> ○避難誘導班と連携しての速やかな救出 ※救出活動は危険を伴う場合があるため、二次災害に十分注意して下さい。 ○負傷者の搬送、応急手当の救護 ○避難所・救護所での救護活動への協力 	<ul style="list-style-type: none"> ○食料や水、救援物資等の受入、配布 ○必要に応じて炊き出し

防災士

“自助”“共助”“協働”を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを認定NPO法人日本防災士機構が認証した人です。

防災士になるには

日本防災士機構が認証した研修機関が実施する「防災士養成研修講座」を受講し、「研修履修証明」を取得した上で、日本防災士機構が実施する「防災士資格取得試験」を受験し、合格する必要があります。※多くの地方公共団体が予算を計上して防災士を養成し、自主防災組織や学校、職場に配置するといった事例が各地で広がるなど、防災士の社会的評価と期待は急速に高まっています。防災士は、こうした社会の信頼性を背景に、志と使命感をもって活動することが期待されています。